

## **Τα θεμέλια μιας υγιούς οικογένειας και η ανατροφή των παιδιών μας (Μίνα Μπουλέκου, Συγγραφέας-Ποιήτρια)**

/ [Πεμπτούσια](#)



**Η ανατροφή ενός παιδιού είναι πολύ σημαντική υπόθεση, στα πλαίσια μιας «υγιούς» οικογένειας, αποτελεί τον ακρογωνιαίο λίθο που θα συντελέσει στην ομαλή ανάπτυξη του, βασισμένη σε γερά θεμέλια. Το να διαχειρίζεται κανείς έμψυχο υλικό όπως είναι τα παιδιά μας, δεν είναι εύκολη και απλή υπόθεση.**

Είναι πολύ σημαντικός και πολύ ιδιαίτερος ο τρόπος που μεγαλώνει και αναπτύσσεται ένα παιδί και αποτελεί τον πλέον καθοριστικό παράγοντα για την ενδυνάμει ενσωμάτωση του, αργότερα στις κοινωνικές ομάδες που θα ενταχθεί προκειμένου να είναι λειτουργικός και παραγωγικός.

Απαιτείται υπευθυνότητα και σύνεση από την πλευρά ενός γονιού προκειμένου να

δομήσει έναν σωστό χαρακτήρα που θα μπορεί να ανταπεξέλθει αργότερα στις προκλήσεις της ζωής του.



Σημαντικό ρόλο στην ανάπτυξη ενός παιδιού παίζουν και τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας του, που θα τον κάνουν πρωτίστως αποδεκτό και θα τον μυήσουν σε εκείνες τις συμπεριφορές, όπου το παιδί θα αισθανθεί ότι ανήκει σε μια ολοκληρωμένη οικογένεια όπου θα κυριαρχεί ο σεβασμός της προσωπικότητας του, τα δικαιώματά του, καθώς και οι υποχρεώσεις που απορρέουν στο σύνολο μιας εύρυθμης και ομαλής λειτουργίας μέσα στους κόλπους μιας αρμονικής συνύπαρξης.

Σημαντικοί παράγοντες που καθορίζουν την υγιή εξέλιξη και πορεία ενός παιδιού καθώς και την υγιή ανατροφή του είναι οι ακόλουθοι:

## **Ασφάλεια**

Η έννοια της ασφάλειας που του παρέχεται από τα πρώτα χρόνια της ζωής του, όπως διαμορφώθηκε αρχικά μέσα στην οικογένεια και αργότερα στις κοινωνικές ομάδες που θα ενταχθεί αποκτώντας εκείνη την συναισθηματική και κοινωνική σταθερότητα που θα μπορέσει να κάνει ένα βήμα κάθε φορά.

Ένα ασφαλές περιβάλλον είναι το ιδανικό για κάθε παιδί που θέλει να αισθάνεται ευτυχισμένο. Είναι το κλειδί για την ομαλή προσαρμογή του, καθώς και την θέση που θα πάρει αργότερα μέσα στον ευρύτερο κόσμο, δημιουργώντας εκείνα τα πρότυπα που θα τον κάνουν δυνατό και με εμπιστοσύνη στον εαυτό του, ότι μπορεί να καταφέρει πολλά πράγματα.

Οι γονείς πολλές φορές αισθάνονται ανήσυχοι για την τεράστια ευθύνη που φέρουν για το πώς θα αντιμετωπίσουν τα θέλω ενός παιδιού σε συνάρτηση με τις ανάγκες που δημιουργούνται στα πλαίσια της κοινωνίας μας.

Αυτό βέβαια, έχει να κάνει με τις δομές ενός υλιστικού μοντέλου, όπου δημιουργούνται τεχνητές ανάγκες και όχι ουσιαστικές που θα βοηθήσουν στην ψυχοκοινωνική του ανάπτυξη έξω από τον οικογενειακό κύκλο. Έρευνες έχουν δείξει ότι όσο περισσότερο καλλιεργείται η σχέση γονιού-παιδιού, καθώς και η στενή και ενεργή αλληλεπίδραση, τόσο αναπτύσσεται σε πρώτο επίπεδο η νοημοσύνη και η γλώσσα με θεαματικά αποτελέσματα που έχουν να κάνουν με την πνευματική, κοινωνική και γλωσσική υπόστασή του.

Αντίθετα η έλλειψη προσοχής από πλευράς του γονιού μπορεί να έχει σοβαρές συνέπειες δια βίου. Για παράδειγμα, εκείνα τα παιδιά που στερούνται της προσοχής και της εμπιστοσύνης γίνονται καθώς μεγαλώνουν και ενηλικιώνονται ανασφαλή, ντροπαλά, φοβισμένα και ενίοτε επιθετικά, για αυτό το λόγο, θα πρέπει να προσέξουμε ιδιαίτερα την ψυχή ενός παιδιού, ένα εύπλαστο υλικό που μπορεί αργότερα να γίνει κάτι που δεν θα αναγνωρίζουμε. Για αυτό απαιτείται ιδιαίτερη προσοχή.



## **Ανεξαρτησία**

Το πρώτο φυσικό βήμα ενός παιδιού προς την ανεξαρτησία του, εμφανίζεται στην βρεφική ηλικία όταν μαθαίνει να περπατά και να αντιλαμβάνεται τον χώρο στον οποίο υπάρχει.

Είναι μια μαγική περιπλάνηση για κάθε παιδί να ανακαλύπτει τον δικό του κόσμο και σιγά σιγά καθώς αναπτύσσεται να κερδίζει και να κατακτά με θάρρος και τόλμη τον δικό του χώρο μέσα στην οικογένεια, αυτό συντελεί στην δική του συναισθηματική ολοκλήρωση και ανεξαρτησία και κατά συνέπεια, δημιουργείται εκείνη η αμφίδρομη σχέση επικοινωνίας με τους γύρω του.

Μέχρι τη στιγμή, που θα πάει στο σχολείο έχει ήδη φτάσει σε ένα επίπεδο, όπου θα είναι κοινωνικά ανεξάρτητο και θα εκφράσει τις δικές του προτιμήσεις σε σχέση με τα άλλα παιδιά που το περιβάλλουν, αναπτύσσοντας τις δικές του δεξιότητες και ιδέες, επαρκώς, όπου θα τον κάνουν να νιώσει κοινωνικά αποδεκτός στα πλαίσια της ατομικής και κοινωνικής υπόστασης του. Άρα το πρώτο σημαντικό βήμα έχει ήδη γίνει.

Μετά τα φώτα του γονιού, έρχεται ο δάσκαλος να δώσει το δικό του στίγμα, το σχολείο και η εκπαίδευση που του παρέχεται ως εφόδια για την μετέπειτα εξέλιξη του.

Σημαντικές είναι επίσης και οι σχέσεις που δημιουργούνται με τους συμμαθητές του, καθώς και με τους δασκάλους του, προσθέτοντας εκείνα τα χαρακτηριστικά της συναισθηματικής και κοινωνικής ωρίμανσης, καθώς και των εμπειριών που θα αποκτήσει, όπου θα τον κάνουν να νιώσει αποδεκτός σε μια ομάδα αναπτύσσοντας σημαντικά την αυτοπεποίθηση του, το δικαίωμα της επιλογής των ανθρώπων που θα δημιουργήσει φιλικές και κοινωνικές σχέσεις.

## **Συμμόρφωση**

Η οικογένεια ενός παιδιού αποτελεί ίσως την πιο σημαντική πηγή όπου το παιδί θα αντλήσει και θα αναπτύξει τις δικές του πεποιθήσεις, δίνοντας του μετέπειτα εκείνα τα εφόδια όπου θα είναι έτοιμος να ανταποκριθεί στις προσδοκίες της ζωής του.

Αν οι αξίες που θα γαλουχηθεί μέσα στην οικογένεια, είναι σταθερές και βασίζονται σε γερά θεμέλια και συμβαδίζουν σε ένα ικανοποιητικό βαθμό, με εκείνες που ορίζει το κοινωνικό γίγνεσθαι, τότε θα είναι ευχής έργο. Θα είναι το πλέον ιδανικό για την ομαλή ένταξη και μετάβαση του στον έξω κόσμο.

Ομοίως, αν οι αξίες αυτές είναι συμβατές με εκείνες του σχολείου ή της εργασίας του αργότερα, τότε είναι πιο πιθανό εκείνο το παιδί να επιτύχει ακαδημαϊκά και επαγγελματικά.

Οι γονείς και οι εκπαιδευτικοί από την πλευρά τους, καλούνται σε μια αγαστή συνεργασία να βοηθήσουν στην σωστή προετοιμασία των παιδιών με ένα και μοναδικό σκοπό, μια επιτυχημένη πνευματική εξελικτική πορεία του κάθε παιδιού, προωθώντας το καθένα σε μια θετική στάση απέναντι στην μάθηση και ευρύτερα στις κοινωνικές αξίες και τα ιδανικά του πολιτισμού μας.

## **Οι ρόλοι των φύλων**

Πώς ένα παιδί βλέπει τον ρόλο του άλλου φύλου, εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό, από το πώς αντιμετωπίζονται με διαφορετικό τρόπο μέσα στην οικογένεια αν είναι γιοι ή κόρες. Είναι ένα μείζον θέμα, καθώς αντιπροσωπεύει θα λέγαμε ένα πρώτο

δείγμα διάκρισης, όταν ο γονιός δεν είναι σε θέση να αξιολογήσει σωστά, το πλάσμα που έχει απέναντι του, και αυτό μπορεί ενδεχομένως να οφείλεται σε ανωριμότητα του γονιού ή έλλειψης παιδείας του.

Ένα είναι σίγουρο, ότι αυτή η ανισότητα που πολλές φορές αναπτύσσεται εσφαλμένα στην μετέπειτα κοινωνική εξέλιξη των δύο φύλων, έχει να κάνει με τον τρόπο που δίνονται περισσότερες ευκαιρίες στο ένα φύλο και λιγότερες στο άλλο.

Βέβαια καθώς αναπτύσσεται και εκσυγχρονίζεται η κοινωνία μας, παρατηρούμε ότι οι παραδοσιακοί ρόλοι και θεσμοί έχουν αλλάξει, σε μεγάλο βαθμό και αυτό οφείλεται κατά κύριο λόγο στην αυξανόμενη εκπαίδευση καθώς και στην οικονομική ανεξαρτησία των γυναικών.

Είναι πολύ σημαντικό βήμα για την αναγνώριση του κάθε φύλου, είτε είναι άνδρας, είτε γυναίκα, να μπορεί να προσφέρει τα μέγιστα αρκεί και μόνο να θέλει να συμβάλλει ουσιαστικά. Η παραδοχή ενός λανθασμένου προτύπου, η αναγνώριση και η επανεκτίμηση από εμάς, αποτελούν σημαντικά βήματα για την ομαλή εξέλιξη και ανατροφή των παιδιών μας.

Το πώς η επόμενη γενιά θα επαναπροσδιορίσει τους ρόλους των δύο φύλων, καθώς και την εν γένει συμπεριφορά τους, εξαρτάται αποκλειστικά από εμάς, που είμαστε γονείς και που έχουμε την μέγιστη ευθύνη να μεγαλώσουμε σωστά ένα παιδί ολοκληρώνοντας τον σε μια υγιή προσωπικότητα.





## Πειθαρχία

Ο αυτοέλεγχος, η ωριμότητα καθώς και οι κατάλληλες ανεπτυγμένες κοινωνικές δεξιότητες είναι τα κύρια χαρακτηριστικά που συνθέτουν μια ολοκληρωμένη εικόνα των παιδιών εκείνων που μεγαλώνουν σε υγιείς οικογένειες, όπου οι γνώμες του καθενός είναι σημαντικές να ακούγονται, ακόμα και αν υπάρχει διαφοροποίηση, η οποία έγκειται στα πλαίσια μιας δημοκρατικής διαδικασίας, και όπου ο καθένας έχει το δικαίωμα της άποψής του, καθώς αυτό έχει να κάνει άμεσα με την τήρηση των ισορροπιών ανάμεσα στα μέλη μιας οικογένειας.

Ενώ παρατηρούμε, ότι οι αυταρχικοί γονείς, που θέτουν πειθαρχημένες συμπεριφορές έναντι των παιδιών τους μέσα από μια αυστηρή κριτική ή και τιμωρία (μερικές φορές σωματική) δεν χρησιμεύει παρά μόνο για εκφοβισμό. Στην ουσία, δρα εντελώς ανασταλτικά, δημιουργώντας τις περισσότερες φορές, επιθετικές συμπεριφορές που είναι και αδιέξοδες.

Αντίθετα, υπάρχει και εκείνη η κατηγορία των ανεκτικών γονιών, που θέτουν ελάχιστα όρια αφήνοντας το παιδί να εξελιχθεί με τον δικό του τρόπο, ανεξέλεγκτα, εκεί ακριβώς βρίσκεται και η παγίδα, όπου ο καθένας κάνει ότι θέλει με αποτέλεσμα, πολλές φορές να υπονομεύεται ακούσια η αυτονομία του κάθε

μέλους σε μια οικογένεια όπου στο βάθος χρόνου δεν θα είναι βιώσιμη.

Ωστόσο, πολλές οικογένειες παλεύουν σήμερα να αντιμετωπίσουν το άγχος των ανέργων νεαρών παιδιών τους, που βρίσκονται σε οικονομικό αδιέξοδο και δεν μπορούν να αυτονομηθούν. Μέσα λοιπόν από αυτή την σχέση αλληλεξάρτησης και εν όψει της οικονομικής κρίσης, οι ρόλοι πλέον γονιού και παιδιού γίνονται δυσδιάκριτοι και τα όρια μεγαλώνουν τόσο ώστε να δημιουργούνται προστριβές και χάσματα ανάμεσα στην παλιά και νέα γενιά.

## **Αγάπη και Προστασία**

Σημαντικοί παράγοντες που καθορίζουν την ανάπτυξη και την συναισθηματική ωριμότητα ενός παιδιού είναι η ζεστασιά και η αγάπη που του παρέχεται. Τα παιδιά πρέπει να βιώσουν την αγάπη από τους γονείς τους, προκειμένου να μάθουν πώς να αγαπάνε τους άλλους, και αυτό είναι πολύ πιο δύσκολο για τα παιδιά που μεγαλώνουν με απόμακρους ή και αδιάφορους γονείς.

Τα παιδιά πρέπει να αισθάνονται ασφαλή αλλά με όρια, δίνοντας τους τον κατάλληλο χώρο και χρόνο να αναπτυχθούν σωστά, γιατί αν αισθανθούν ότι καταδυναστεύονται ή μεγαλώνουν σε ένα υπερπροστατευτικό περιβάλλον, τότε αυτό θα εμποδίσει την δική τους φυσική εξέλιξη και την μετέπειτα πορεία τους. Η έλλειψη ανεξαρτησίας θα επιφέρει σημαντικές δυσκολίες στην ανάπτυξη των διαπροσωπικών τους σχέσεων, εκδηλώνοντας και επιθετικές συμπεριφορές κάτι που δεν συνίσταται.

Εάν οι γονείς νιώθουν ανήσυχοι ή ανασφαλείς, καλό θα είναι να μην μεταφέρουν τα αρνητικά συναισθήματα τους, γιατί είναι πολύ πιθανόν, να οδηγήσουν τα παιδιά τους, σε συναισθηματικές εξάρσεις και ξαφνικές εκρήξεις έλλειψης ψυχραιμίας, δημιουργώντας μια εικόνα πλήρους αποσύνθεσης η οποία και θα είναι επιζήμια για την μεταξύ τους σχέση.

Δεν υπάρχουν μαγικές λύσεις και συνταγές για να γίνει κάποιος ένας καλός και σωστός γονιός. Προβλήματα θα υπάρχουν πάντοτε και θα είναι αναπόφευκτα, όσο η ζωή μας επιφυλάσσει εκπλήξεις. Εάν όμως εργαστούμε, με πλήρη ευσυνειδησία, δημιουργώντας γερά θεμέλια σε βάθος χρόνου, δίνοντας την σωστή ανατροφή και τα κατάλληλα εφόδια σε ένα παιδί, τότε θα έχουμε καταφέρει και το επιθυμητό.

Κάντε τα παιδιά σας να νιώσουν ότι είναι ξεχωριστά και ότι είναι ότι πολυτιμότερο διαθέτει ο κάθε γονιός.

Αγαπήστε Τα.



Κάθε Άνθρωπος είναι Μοναδικός.

**από το Βιβλίο μου «Προβληματισμοί του Σύγχρονου Ανθρώπου», Εκδόσεις  
Όστρια 2016.**